

**骨盤健康体操教室**

7/23(土)14時～16時  
 場 瀬崎コミセン  
 健康運動指導士の肥高史恵氏  
 対 女性（高年者・初心者大歓迎）  
 持 ヨガマットかバスタオル、室内靴  
 定 先着30人  
 申 7/5(金)10時から瀬崎コミセンへ。  
 ☎924-5300

**オレンジカフェ  
 (認知症カフェ)**



内 オレンジカフェとは認知症とともに生きる本人や、その家族、地域に住む人、専門職など認知症に関心のある誰もが利用できる地域の居場所です。認知症に関する相談や情報交換、参加者同士で交流するなどお茶を飲みながら思い思いの時間を過ごしてみませんか。開催日時等の詳細は市HP (QRコード) で確認を。  
 関 地域支援室 ☎922-2862 ☎922-3279

**知ってあんしんまるわかり  
 成年後見講習会**



内 弁護士が、成年後見制度について分かりやすく教えてくれる講習会です。お気軽にお申込みください。  
 日 7/22(土)14時～16時  
 場 草加市文化会館  
 定 先着70人  
 対 市内在住者及び福祉関係者  
 申 電話またはメール (QRコード) で。  
 関 そうか成年後見サポートセンター ☎932-6770

**認知症サポーター  
 養成講座**



内 認知症の人や家族を見守る応援者になりませんか。認知症の基礎知識・接し方や心構え・介護している人の気持ち等を学びます。受講後、オレンジリングを進呈。日程等は、市HP (QRコード) で確認を。  
 関 地域支援室 ☎922-2862 ☎922-3279

**介護者のつどい**

内 介護者が、思いや体験を話したり、体験を共有できたりする場です。

日時	場所
7/5(金)13時15分～	高砂コミセン(中央1-2-5)
7/9(土)13時30分～	さかえーる(栄町1-1-14)
7/10(日)13時～	であいの森(柿木町261-1)
7/13(水)13時～	新里文化センター(新里町983)
7/17(日)13時15分～	勤労福祉会館(旭町6-13-20)
7/17(日)18時30分～	旧かっぱ天国(谷塚町647-8)
7/19(金)13時30分～	ケアステーションかしの木(草加1-8-13)

関 長寿支援課 ☎922-1281 ☎922-3279

**障がい者水泳  
 <水中レクリエーション>**

日 8/4(日)①10時～11時 知的障がいのある小学生～高校生（保護者とペア）、②11時～12時 知的障がいのある中・高生。  
 場 草加東高校屋外プール

定 各先着15人 費 各500円  
 日 7/5(金)～15(金)までにはがきで必要事項を記入し〒340-0022草加市瀬崎6-31-1草加市スポーツ協会へ。

**必要事項** イベント名「障がい者水泳」、希望する回(①または②)、参加者氏名(ふりがな)、年齢、住所、電話番号、支援する保護者の氏名(ふりがな)、年齢、障がいについて事前に伝えたいこと

関 そうか公園 ☎931-9833 ☎935-8510

**手話奉仕員養成講座  
 「入門」**



日 8/22～令和7年2/20(日) 19時15分～21時15分 (全23回)  
 場 草加市文化会館ほか  
 対 市内在住、在勤の中学生以上の初心者。令和2年度以前の受講者。  
 定 30人 (応募多数の場合は選考)  
 費 テキスト代3300円  
 日 7/16(日)(消印有効)までに社会福祉協議会等で配布 (同協議会HPからも入手可) する申込書を郵送または持参。  
 関 社会福祉協議会・手話担当 ☎932-6770 ☎932-6781

**みんなの掲示板**

公共施設での市民の自主的な非営利活動を紹介します。申込数が多い場合は、掲載する記事を抽選で決定します。交渉は当事者間で。トラブルに市は関与しません。掲載依頼の詳細は市HPまたは広報課へ。  
 ☎922-0549 ☎922-3041

**ミニ情報**

- 草画展 7/1(日)～7(日)10時～17時 (初日は13時から、最終日は16時まで) アコスギャラリー 入場無料 後援:草加市美術協会 関 田中 ☎090-8464-0742
- スポーツウエルネス吹矢体験会 7/2(日)・12(金)・20(土)・27(日)9時～11時 7/10(日)・16(日)・23(日)13時～15時 中央公民館 無料 関 関根 ☎090-4062-1356
- シン洋裁基礎講座 7/3・24(日)①9時～13時②13時～17時 勤労福祉会館 洋裁の基礎を学び作品を作りましょう 材料費1000円 申 飯島 ☎090-8588-5254
- スポーツウエルネス吹矢体験会 7/6・13(日)9時～11時 柿木公民館 初心者歓迎 用具は不要です 参加費無料 関 山下 ☎931-7681
- 自然観察会 7/6(土)13時新田駅東口集合～15時 綾瀬川土手で自然観察 (主に植物) 参加費100円 (高校生以下無料) 申込み不要 関 綾瀬川自然観察同好会 ☎942-0036
- スポーツウエルネス吹矢体験会 7/6・13・20・27(日)13時～ であいの森 7/7・14・21・28(日)13時～ 川柳文化センター 無料 関 柳澤 ☎080-5535-6487
- スポーツウエルネス吹矢体験会 7/7(日)・31(日)13時～15時 7/14(日)9時～

- 11時 瀬崎コミセン 無料 関 奥野 ☎080-9340-6163
- 卓球体験 7/7・14・21(日)13時～16時 瀬崎小体育館 参加費無料 申 卓球瀬崎クラブ星野 ☎090-5201-3604
- 氷川ダンス倶楽部フリーダンス 7/7(日)13時～16時 中央公民館 飲料あり 会員15人以上待機 社交ダンスは全身運動と自律神経を整えるスポーツ 関 太田 ☎090-3520-7309
- グラウンドゴルフ体験 7/8(日)・10(日)・12(金)8時25分～10時30分 清門中央公園グラウンド 健康作り 用具不要 参加費無料 関 なかよし会和田 ☎070-1414-1719
- 第7回いいとも絵画展 7/8(日)～14(日)10時～17時 (初日は13時から、最終日は16時まで) アコスギャラリー 洋画・水彩画・日本画・ちぎり絵ほか 関 宮間 ☎936-7155
- スポーツ吹矢体験会 7/9(日)・23(日)13時～15時 谷塚文化センター 集中力を楽しみませんか 無料 関 高野 ☎090-4545-8052
- 卓球体験 7/9(日)15時～17時、7/23(日)9時～11時 市民体育館 関 松が根クラブ須藤 ☎922-4789
- たまrin子育てセミナー&トーク「夫婦の子育て観の違い」 7/11(日)10時30分～ 氷川コミセン小会議室 要予約 託児有 参加費300円 申 家庭倫理の会草加市内藤 ☎090-2762-9727
- スポーツウエルネス吹矢体験 7/13～27(日)11時～13時 八幡コミセン 全3回 参加費無料 用具不要 室内靴持参 申 浜中 ☎935-7323
- 第24回歌謡祭 7/14(日)10時30分開演 中央公民館 連合会と近隣地域のカラオケサークルとの交流カラオケ発

- 表会 関 草加市カラオケ連合会高橋 ☎090-3902-7570
- ピボットフリーダンス 7/14(日)13時15分～16時 谷塚文化センター 競技選手リボン待機 ミキシング・トリアル有り 関 柴崎 ☎943-6413
- 中国七夕祭りと家庭料理 7/15(日)10時～14時 中央公民館 参加費1500円 エプロンタオル持参 申 サークル中国大好き武藤 ☎090-3574-1031
- 介護者サロン「らくだ」 7/19(金)わ～くわっく草加 「こもれび」 7/25(日) 市民活動センター 各13時～15時 参加費100円 関 介護者支援の会草加酒井 ☎090-9245-2067
- 調理士さんと学校給食を作ってみませんか 7/20(日)10時～ 中央公民館 コーンピラフ・げんこつコロケ・サラダ 参加費500円 申 学校給食を考える会 ☎090-1559-3160
- 介護者の集い「オアシス」 7/20(日)10時～12時 中央公民館 7/23(日)10時30分～12時 瀬崎平成塾 8/6(日)13時30分～15時30分 氷川平成塾 関 山田 ☎928-5332
- 遊馬町会こども夏まつり 7/21(日)13時～16時 新里文化センター こどもあそびコーナー (スーパーボール、くじ引き他)、模擬店 (野菜、飲み物100円～) 関 蓮沼 ☎927-0651
- カーレット (卓上カーリング) 体験会 7/21(日)13時～15時 草加市文化会館研修室 参加費大人のみ100円 関 埼玉県カーレット協会染野 ☎080-4364-1122
- 彩の会自由展 7/25(日)～29(日)10時～17時 (初日は13時から、最終日は15時まで) アコスギャラリー 油絵・水彩・鉛筆画・絵手紙 関 柳堀 ☎942-7776

- 遺言書の書き方と終活を学ぼう 7/27(日)10時～12時 草加市文化会館第2会議室 一般対象 講師は弁護士等 定員13人 参加費無料 申 遺言相続後見ネット ☎946-5152
- 話し方3分スピーチコンクール 7/27(日)12時10分～16時 草加市文化会館3階第1会議室 興味のある人はいらっしやってください 関 話し方カルチャー教室中島 ☎090-3813-9596
- 講演会「戦争する国」にさせない! 7/27(日)14時～16時30分 草加市文化会館 講師は武器取引反対ネットワーク代表の杉原浩司氏 申 草加市平和委員会山内 ☎080-6517-2396
- 草加中央吹奏楽団第37回定期演奏会 7/28(日)13時30分開場・14時開演 中央公民館ホール 無料 当日先着順 青春の野球応援特集! 関 森 ☎090-1705-5744
- 夏休み子ども茶道体験 茶筌を振ってみよう 7/29(日)・30(日)10時～12時 草加市文化会館 大人も可 定員各10人 参加費500円 白い靴下持参 申 茶道協会笹川 ☎090-4367-5657
- DOKKYOドイツフェス ドイツ圏のすべてがやってくる! 8/3(日)～4(日)10時～16時 獨協大学 どなたでも参加可 無料 関 獨協大学総合企画課 ☎946-1635
- 中国映画無料鑑賞会「女師男兵」 8/11(日)14時～15時30分 中央公民館 小学生～一般対象 定員先着50人 関 草加市日中友好協会大川 ☎090-8464-2660
- 市民体育祭卓球大会 9/8(日)9時～ 市民体育館 男女別個人戦 (年齢別) 市内在住在勤在学者対象 参加費500円 申 8/9(金)までに卓球連盟淡路 ☎090-8514-8611